

朝陽科技大學
110學年度第2學期教學大綱

當期課號	9007	中文科名	籃球
授課教師	柳內惠茹	開課單位	通識教育中心
學分數	2	修課時數	2
開課班級	四年制0年級 0班		
修習別	校訂必修(運動與健康(選項體育課群))		
類別	一般課程		

本課程培養學生下列知識：

籃球為國內一大熱門運動項目，在大學校園裡亦是學生相當熱愛之活動。本課程教導學生瞭解籃球運動之簡史與理論，並教導學生進行體能與籃球技術的訓練，藉以激發學生之自我潛能，加強運動道德觀，發揮團隊合作精神，建立互助合作之人格特質，讓學生享受籃球運動的樂趣，以培養休閒運動之能力，養成終身規律運動的好習慣。

1. 教導學生瞭解籃球運動之簡史與理論
2. 教導學生各種體能與籃球技術訓練
3. 透過本課程以激發學生之自我潛能，加強運動道德觀，發揮團隊合作精神，建立互助合作之人格特質，以發揮助人助的教育功能
4. 透過本課程讓學生享受籃球運動的樂趣，以培養休閒運動之能力，養成終身規律運動的好習慣

Basketball is one of the most popular sports in Taiwan. It is especially popular on campus. This course is intended to assist students in understanding a brief history of basketball and related theories. Moreover, it will train students to improve physical abilities and basketball skills in order to discover self-potential, adopt sport ethic, and increase team cooperation. It aims to make students enjoy basketball and pursue the regular hobby for exercise.

每週授課主題

- 第01週：課程簡介、進度說明
- 第02週：網球運動之起源與發展
- 第03週：網球規則與裁判法介紹
- 第04週：網球競賽方法與禮儀介紹
- 第05週：體能訓練、球感練習與正拍基本動作介紹
- 第06週：體能訓練、球感練習與正拍練習
- 第07週：體能訓練、正拍擊球與正拍基本動作介紹
- 第08週：體能訓練、正拍擊球與正拍練習
- 第09週：體能訓練、反拍擊球與反拍基本動作
- 第10週：體能訓練、反拍擊球與反拍練習
- 第11週：體能訓練、正、反拍綜合擊球動作介紹
- 第12週：體能訓練、正、反拍綜合擊球練習
- 第13週：體能訓練、發球基本動作介紹
- 第14週：體能訓練、發球練習
- 第15週：單打練習、團體討論
- 第16週：雙打練習、團體討論
- 第17週：團體賽練習、分組討論
- 第18週：採非同步線上教學

成績及評量方式

- 期中考：30%
期末考：30%
平時成績：40%

證照、國家考試及競賽關係

- 中華民國大專院校體育總會「C級籃球裁判證」
- 中華民國大專院校體育總會「C級籃球教練證」
- 中華民國籃球協會「C級裁判證」
- 中華民國籃球協會「C級教練證」
- 本校辦理之系際盃籃球賽
- 任一全國性大專校院際/系際盃籃球賽

主要教材

1. 網球大全(1992)張志純譯(教科書)
2. 網球全能技術圖解(2004)賈騰總經銷，宋強。諾亞森林發行 臺北縣中和市：(教科書)

參考資料

本課程無參考資料!

建議先修課程

本課程無建議先修課程

教師資料

教師網頁：<http://www.cyut.edu.tw/~jacky/>

E-Mail：jacky@cyut.edu.tw

Office Hour：

分機：

[\[關閉\]](#) [\[列印\]](#)

尊重智慧財產權，請勿不法影印。